

## **P03-161: Pensamiento de diseño en la enseñanza de hábitos alimentarios: una experiencia interdisciplinaria**

Bayron Stick Gil Bohorquez, bayron.gil163@educacionbogota.edu.co, Secretaría de Educación Bogotá.

David Camilo Contreras Prieto, dcamilop@educacionbogota.edu.co, Secretaría de Educación Bogotá.

**RESUMEN.** Los hábitos alimentarios suscitan el desarrollo armónico del ser humano para mejorar su calidad de vida, por tanto, es necesario repensar las estrategias educativas para la promoción de la salud, abogando por estilos saludables que consideren la responsabilidad de la industria y del consumidor. Se describe una experiencia de Design Thinking con estudiantes de quinto grado, cuyo propósito es el diseño de un proyecto interdisciplinario a través del análisis de productos consumidos por la comunidad, idear y prototipar alternativas ante el consumo de alimentos procesados aplicando los conocimientos de diferentes espacios académicos. La experiencia deriva en el fomento del uso de habilidades creativas, empáticas, críticas y dinámicas en los estudiantes, y la articulación de las áreas curriculares.

**PALABRAS CLAVE.** Hábitos alimentarios, interdisciplinariedad, pensamiento de diseño.

### **INTRODUCCIÓN**

La educación alimentaria compone un requerimiento social que evidencia la necesidad de su inserción en los currículos desde los primeros niveles educativos, considerando que los hábitos alimentarios que incluyen patrones y preferencias se establecen en edades tempranas (Black y Hurley, 2007). En consecuencia, se justifica la aplicación de estrategias que promuevan un conocimiento sobre alimentación saludable (Cedeño y Castro, 2022). En particular, se implementa un proyecto vinculando una perspectiva interdisciplinaria al resolver la siguiente pregunta: ¿Cómo podemos crear una opción de consumo de alimentos saludables para la comunidad educativa del Colegio Aníbal Fernández de Soto (IED)?

### **REFERENTE TEÓRICO**

Los hábitos alimentarios, además de cubrir requerimientos de orden fisiológico, constituyen un fenómeno acorde con las características socioculturales (García-Cardona *et*

al., 2008). A su vez, la postura hacia los hábitos alimentarios incluye factores genéticos, sus intereses y la situación económica (Maradova, 2011). Bajo la perspectiva de Mead y Guthe (1945), los hábitos alimentarios son la manera en que los individuos respondiendo a presiones, seleccionan, consumen y utilizan los alimentos disponibles.

El pensamiento de diseño es una metodología que embebe todo el espectro de actividades de innovación con una filosofía de diseño paralelo a las personas (Brown, 2008). Para Kimbell (2011), ha acaparado atención en una amplia gama de contextos, específicamente en las sociedades que intentan hacer que el cambio suceda. En concordancia, la interdisciplinariedad escolar se relaciona con la instalación de conexiones entre dos o más espacios académicos a nivel curricular, didáctico y pedagógico, y conducen al establecimiento de vínculos de complementariedad (Lenoir & Sauv e, 1998b).

## REFERENTE METODOLÓGICO

La población participante en este proyecto comprende a 120 estudiantes de quinto grado de las jornadas mañana y tarde del Colegio Aníbal Fernández de Soto (IED) ubicada en Bogotá, Colombia. En la tabla 1 se observan las etapas correspondientes a la experiencia de pensamiento de diseño para crear una alternativa de consumo saludable que transforme los hábitos alimentarios identificados en la muestra inicial.

Tabla 1. Etapas y actividades del pensamiento de diseño.

| Etapa       | Actividades  |
|-------------|--|
| Empatizar   | Recolección y análisis de datos sobre dieta y hábitos alimentarios.  |
| Definir     | Revisión de productos y efectos negativos en la salud.               |
| Idear       | Lluvia de ideas - alternativas ante los productos.                   |
| Prototipar  | Creación de recetas y productos saludables.                          |
| Testear     | Prototipos evaluados por pares en la feria científica institucional. |
| Reflexionar | Foro de retroalimentación.   |

Inicialmente, se aplicó un instrumento a 104 estudiantes de grado cuarto en la clase de matemáticas para saber cuáles son las preferencias de merienda de los estudiantes, posterior a ello, los estudiantes analizaron los datos en la clase de tecnología con el programa Microsoft Excel (empatizar). Esta etapa finaliza definiendo los efectos secundarios de los ingredientes



nocivos identificados en la clase de ciencias naturales con la creación y exhibición de carteles analizando los ingredientes y los efectos negativos que tienen sobre la salud (definir).

Continuando con el ejercicio sistemático, en clases de inglés se propusieron alternativas a los productos analizados anteriormente mediante lluvia de ideas y nubes de palabras (idear), los estudiantes crearon un prototipo a partir de recetas en las que aplicaron vocabulario sobre alimentos, cantidades, medidas, expresiones y acciones al cocinar (prototipar). Por último, las propuestas se testearon en la Feria Científica Institucional, allí se recogieron los comentarios y sugerencias de otros estudiantes (testear). Asimismo, el proyecto finaliza con una actividad de foro sobre el proceso, los aspectos positivos y de mejora del prototipo (reflexionar).

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Atendiendo a necesidades, oportunidades y desafíos en la articulación de áreas curriculares con las ciencias naturales, esta experiencia deriva en el fomento del uso de habilidades creativas, empáticas, críticas y dinámicas, y la articulación de los espacios académicos: ciencias naturales, inglés, matemáticas y tecnología. Puesto que, una característica de la interdisciplinariedad anidó en la búsqueda de convergencias entre las disciplinas con el objeto de promover la integración tanto de procesos de aprendizaje como de los saberes del estudiante. La coyuntura anterior se asemeja a la identificación de potencialidades de la educación alimentaria como eje transversal en las asignaturas de educación física, ciencias naturales, educación plástica y lengua (Borroto-Mederos et al., 2022).

Los resultados del instrumento de recolección de datos y los productos analizados dan cuenta de un consumo con pocas opciones saludables, enfatizando en bebidas gaseosas, dulces y alimentos procesados. Ante ello, López-Botello y Mendieta-Lagunas (2023) mencionan que existe una educación alimentaria regida por falta de información, conocimiento y reflexión.

Finalmente, los estudiantes fortalecieron el trabajo autónomo, la recolección, sistematización y análisis de datos; reconociendo los efectos negativos para la salud de la comida rápida y procesada, hasta la creación de un prototipo de alternativa saludable a los productos analizados que conllevo un ejercicio práctico y crítico en familia. El pensamiento de diseño fue útil no sólo para el aprendizaje de los estudiantes sino también para desplegar la profesionalidad de los docentes.

## CONCLUSIONES

Se registra que la educación primaria es un escenario concreto para la formación en hábitos alimentarios, en ese sentido, la potencialidad divisada a partir del pensamiento de diseño y el abordaje interdisciplinar pueden ser consideradas por los docentes para incluirla como eje en el currículo y en proyectos pedagógicos transversales con el objetivo de desarrollar funciones ejecutivas. Ahora bien, parece conveniente desarrollar programas que involucren diferentes áreas de actuación, así como a toda la comunidad educativa para explorar diferentes herramientas y protocolos de pensamiento que permitan crear soluciones prácticas e ingeniosas para resolver problemas complejos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Black, M. M., & Hurley, K. M. (2007). Helping children develop healthy eating habits. *Encyclopedia on early childhood development. Montreal: Centre of Excellence for Early Child Development*, 1-10.
- Borroto Mederos, Y., Leyva Haza, J., Guerra Véliz, Y. (2022). La educación alimentaria en el proceso educativo: una temática de interés multidisciplinario salud-educación. *EDUMECENTRO*, 14.
- Brown, T. (2008). Design thinking. *Harvard business review*, 86(6), 84.
- Cedeño Rosado, J. S., Castro Bermúdez, E. I. (2022). Actividades pedagógicas para fomentar hábitos alimentación saludable en los niños del subnivel II de Educación Inicial. *MQRInvestigar*, 6(4), 729–745.
- García Cardona, M., Pardío López, J., Arroyo Acevedo, P., & Fernández García, V. (2008). Dinámica familiar y su relación con hábitos alimentarios. *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*, 14(27), 9-46.
- Kimbell, L. (2011). Rethinking design thinking: Part I. *Design and culture*, 3(3), 285-306.
- Lenoir, Y., Sauvé, L. (1998b). De l'interdisciplinarité scolaire à l'interdisciplinarité dans la formation à l'enseignement: un état de la question. *Interdisciplinarité scolaire et formation interdisciplinaire à l'enseignement. Revue française de pédagogie*, 125, 109-146.
- López-Botello, F., Mendieta-Lagunas, M. (2023). Análisis de la enseñanza de la alimentación en ciencias naturales para una vida saludable con estudiantes de educación básica desde la práctica docente. *Revista RedCA*, 5(15), 46-62.
- Maradova, E. (2011). A new concept of education to healthy eating habits in primary school. *School and Health*, 21, 155-165.
- Mead, M., Guthe, C. E. (1945). Manual for the Study of Food Habits. *Bull. Nat. Res. Council. Nat Ac Sc.*, 11, 13.